

MEDIZINISCHER FORTSCHRITT

Herzunterstützungssysteme

Echte Alternative zur Transplantation?

Seite 4

Alzheimer-Krankheit

Experte über neue Hoffnungsträger

Seite 11

Krebs

Neue Wege in der Medizintechnik

Seite 12

Lesen Sie
heute auch



www.gesunder-herz-kreislauf.de
EINE PUBLIKATION DES REFLEX VERLAGES September 2023

**REFLEX
VERLAG**

„Eine hohe Absorption ist elementar“

HERZINSUFFIZIENZ | IM GESPRÄCH MIT MARK KRÜGER



Coenzym Q10 ist wichtig für den Energiehaushalt und die Herzgesundheit. Welche nachweisbaren Effekte eine Substitution bei Menschen mit Herzinsuffizienz haben kann und worauf bei der Verwendung zu achten ist, erklärt der Allgemeinmediziner und Vitalstoffexperte Dr. med. Edmund Schmidt aus Ottobrunn.

Der entscheidende Faktor bei der Energiegewinnung in den Zellen ist das Vitaminoid Q10, richtig? Ja, denn ohne ausreichend Coenzym Q10 stockt die Energieproduktion und die Zellgesundheit leidet, was sich in Krankheiten manifestieren kann. Zumal das Coenzym nicht nur Energie in Form von Adenosintriphosphat produziert, sondern auch als Antioxidans in den Zellen wirkt. Es schützt so vor Zellschäden, Zellmutation und Zelltod. Und außerhalb der

Zellmembran kann das Vitaminoid andere Antioxidantien wie Vitamin E und C regenerieren und in deren Wirkung unterstützen.

Das Coenzym Q10 wird über die Nahrung zugeführt, der Körper stellt es aber auch selbst her. Richtig, in jungen Jahren ist bei gesunden Menschen und normaler Ernährung eine ausreichende Versorgung mit Coenzym Q10 anzunehmen. Mit zunehmendem Alter nehmen die Konzentrationen in verschiedenen Organen jedoch ab, vor allem am Herz. Zusätzlich blockieren Medikamente vom Typ der Statine, sogenannte Cholesterinsenker, die Bildung des Coenzym Q10 um bis zu 75 Prozent.

Gibt es denn Belege dafür, dass umgekehrt die Q10-Gabe zu einer besseren Herzgesundheit beiträgt? Ja, das belegen die schwedische KiSeL-10-Studie und die dänische Q-SYMBIO. Bei dieser erhielten Senioren mit Herzinsuffizienz Nahrungsergänzungsmittel mit organischer Selenhefe in pharmazeutischer Qualität und

Coenzym Q10, Ubiquinon. Sie wiesen einen leistungsstärkeren Herzmuskel auf und waren seltener von schweren kardialen Ereignissen betroffen als die Placebo-Gruppe. Zudem sank bei ihnen die kardiovaskuläre Sterblichkeit um 54 Prozent, und die Lebensqualität verbesserte sich signifikant. Herzerkrankte sollten ihre Behandler über die Einnahme informieren.

Ab welchem Alter ist eine Substitution durch Nahrungsergänzungen sinnvoll? Und worauf sollte hinsichtlich guter Bioverfügbarkeit geachtet werden? Ab dem 40. Lebensjahr sollte Q10 täglich mit bis zu 100 Milligramm ergänzt werden. Auch jüngere Leistungssportler sowie Gestresste und Schwangere haben einen deutlich größeren Bedarf. Bezüglich der Bioverfügbarkeit ist der Herstellungsprozess entscheidend, damit die aktiven Inhaltsstoffe nicht das Verdauungssystem passieren, ohne absorbiert zu werden. Die Lösung ist die Nutzung eines speziellen Herstellungsverfahrens, bei dem das Q10-Rohmaterial mit verschiedenen Ölen mit unterschiedlichen Schmelzpunkten gemischt wird, die im Nachhinein erhitzt werden. In der sogenannten Navas-Studie lag die Aufnahme von Q10, sprich die Resorption, durch diese hochspezialisierte Vorbehandlung bei 83 Prozent. □

Anzeige

Die Rezeptur für mehr Energie

Q10 Bio-Qinon Gold – das Original Q10



+ In Apotheken erhältlich

Die Rezeptur für mehr Energie

- Verwendet in den bahnbrechenden Herzstudien (Q-Symbio- und KiSeL-10-Studie)
- Hohe Bioverfügbarkeit und Wirksamkeit dokumentiert in mehr als 150 wissenschaftlichen Studien
- 100 % identisch mit dem körpereigenen Q10
- Ausgezeichnet vom Internationalen Coenzym Q10-Verband (ICQA)
- Ergänzt mit Vitamin B₂, das zu einem normalen Energiestoffwechsel beiträgt

PZN 13881628
Q10 Bio-Qinon Gold* 100 mg 150 Kaps.

PZN 00787833
Q10 Bio-Qinon Gold* 100 mg 60 Kaps.

PZN 01541525
Q10 Bio-Qinon Gold* 100 mg 30 Kaps.

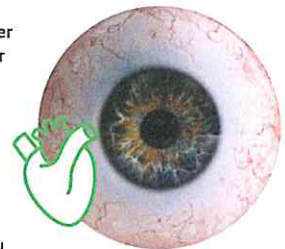
Pharma Nord
Tel: 0461-14140-0, www.pharmanord.de

Lesen Sie mehr unter: www.pharmanord.de und abonnieren Sie unseren Newsletter

STUDIE ZUM STAUNEN

Herzschwäche: Blick ins Auge

Lässt sich der Verlauf einer Herzinsuffizienz, eine der häufigsten Todesursachen weltweit, mithilfe einer Augenmessung vorhersagen? Genau dieser Frage geht ein Team aus ärztlichen Fachleuten und Forschenden am Immanuel Klinikum Bernau Herzzentrum Brandenburg, Universitätsklinikum der Medizini-



schen Hochschule Brandenburg, in einer umfassenden Studie nach. Denn das Problem ist, dass sich die Wahrscheinlichkeit für einen schweren Krankheitsverlauf bislang nicht vorhersagen lässt. „Wir versuchen herauszufinden, ob bestimmte Messwerte, wie etwa Durchmesser der Pupille, Geschwindigkeit der Reaktion, Beschleunigung, Latenz- und Entspannungszeit, mit einem erhöhten Risiko für einen früheren Rückfall und andere gravierende Herz-Kreislauf-Komplikationen einhergehen“, erklärt Studienleiterin Dr. Tanja Kücken, Oberärztin Funktionsdiagnostik/Ultraschall. Untersucht werden dazu die Pupillen von 100 Studienteilnehmenden mit akuter Herzinsuffizienz, etwa die Reaktionen der Pupille auf einen Lichtreiz mittels Handpupillometer. Findet das Bernauer Herzspezialistenteam in seiner Studie entscheidende Pupillenwerte, ließe sich die Augenmessung als einfache, schnelle und kostengünstige Methode in Kliniken und Praxen etablieren, um das Risiko von Herzinsuffizienz-Patienten einzuschätzen und deren Leben besser zu schützen. □